

บทความสุขภาพจิต

สำหรับหอกรະชาติข้าว



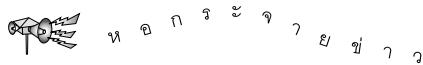
กรมสุขภาพจิต

กระทรวงสาธารณสุข



โครงการสร้างเสริมสุขภาพใจ

ในชุมชนโดยชุมชน



ชื่อหนังสือ : บทความสุขภาพจิตสำหรับหอกระจายข่าว

จัดพิมพ์โดย : สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต
กระทรวงสาธารณสุข ถนนติวนันท์
จังหวัดนนทบุรี 11000
โทร. 0 2951 1387
โทรศัพท์ 0 2951 1384

พิมพ์ครั้งที่ 1 : กุมภาพันธ์ 2546

จำนวน : 1,500 เล่ม

ISBN : **974-296-180-8**

ออกแบบและผลิตโดย : ห้างหุ้นส่วน จำกัด อุดมศึกษา
201 ถ.บำรุงเมือง สำราญราษฎร์
พระนคร กทม. 10200
โทร. 0 2222 2762

คำนำ

คู่มือบทความสุขภาพจิตสำหรับหอกรະจ่ายข้าว ได้รับ
รวมเนื้อหาจากคู่มือสุขภาพจิตที่ให้บริการทาง 1667 และเขียน
เพิ่มเติมเป็นบางเรื่อง เป็นคู่มือประกอบเทปเลี้ยง เพื่อให้ความรู้
สุขภาพจิตผ่านทางหอกรະจ่ายข้าว ซึ่งเนื้อเรื่องแบ่งเป็นเรื่องๆ
สามารถเลือกเรื่องแต่ละเรื่องไปใช้ได้ตามความต้องการและความ
เหมาะสม โดยไม่จำเป็นต้องเรียงลำดับต่อเนื่องกัน และสามารถ
ดัดแปลงปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับความต้องการของแต่ละพื้นที่
หรือดัดแปลงเป็นภาษาท้องถิ่น เพื่อช่วยผ่านหอกรະจ่ายข้าวหรือ
วิทยุชุมชน

กรมสุขภาพจิตหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์
ในการดูแลสุขภาพใจในชุมชน ช่วยลดปัญหาสุขภาพจิตในพื้นที่
และสร้างเสริมคุณภาพจิตใจของคนในชุมชนให้เข้มแข็ง เพื่อเป็น
พื้นฐานสำคัญในการปรับตัวให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

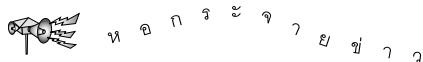
(นายแพทย์ปราษฐ์ บุณยวงศ์วราณ์)

อธิบดีกรมสุขภาพจิต



สารบัญ

- คำนำ	
โรคประสาท โรคจิต	1
- อาการของผู้ป่วยโรคประสาท	2
- มาตรฐานโรคจิตกันเถอะ	4
- อาการของผู้ป่วยโรคจิต	6
สุขภาพจิตเด็ก	8
- เด็กติดแม่	9
- เด็กปั๊ส社交ระดทื่นนอน	10
- เด็กเล่นอวัยวะเพศ	11
- เด็กดื้อ	12
- เด็กชอบลงมือลงเท้า	13
- เด็กพูดโกหก	15
- การให้ค่าขนมเด็ก	16
- เด็กหนีเรียน	18
สุขภาพจิตวัยรุ่น	20
- ปัญหาการเรียน	21
- เมื่อมีปัญหาจะปรึกษาใครดี	23
- เมื่อมีปัญหากับพ่อแม่	24



สุขภาพจิตผู้สูงอายุ	25
- การเตรียมตัวเข้าสู่วัยสูงอายุ	26
- อาการของโรคสมองเสื่อม	28
- การรักษาและป้องกันโรคสมองเสื่อม	29
- วิธีดูแลผู้สูงอายุที่เจ็บป่วย	31
บุคลิกภาพ	33
- คนเขี้ยวาย	34
- คนชอบคิดมาก	36
- คนชอบติ	38
- คนไม่ให้ร้าย	40
ยาบ้า	42
- ความรู้เรื่องยาบ้า	43
- ทำไม่เยาวชนถึงอยากรสพยายาม	45
- ความเข้าใจผิดเรื่องยาบ้า	47
- ครอบครัวกับการติดยาบ้าของเยาวชน	50
- รู้ได้อย่างไรเมื่อลูกติดยาบ้า	51
- ปฏิกรรมยาของพ่อแม่เมื่อรู้ว่าลูกเสพยา	52
- วิธีการช่วยเหลือเมื่อลูกเสพหรือติดยาบ้า	54
- วิธีการช่วยเหลือเมื่อลูกเมายาบ้า	56
- วิธีการที่ช่วยเหลือเมื่อลูกเข้ารับการบำบัดรักษา	57

